

# Articles from Ramamental

## มาตรฐานการรักษาโรคแพนิค (Panic Disorder)

2011-12-08 05:12:23 admin

### การตรวจวินิจฉัย

ก. การสัมภาษณ์ เพื่อดูลักษณะอาการ โดยผู้ป่วยจะมีอาการทางกายหลายๆ ประการ เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน เช่น แน่นหน้าอก ใจสั่น กลัว หายใจไม่ออก เวียนศีรษะ หรือจุกแน่นท้อง เริ่มเป็นอย่างรุนแรงและรวดเร็ว โดยถึงจุดสูงสุดภายใน 10 นาที แล้วความรุนแรงจะค่อยๆ ลดลงจนหายไปภายใน 60 นาที อาการเหล่านี้เกิดอาการบ่อยๆ หลายๆ ครั้งในหนึ่งเดือน ผู้ป่วยไม่สามารถคาดเดาว่าจะเกิดอาการขึ้นอีกเมื่อใด

ข. การตรวจร่างกายทั่วไป ชักประวัติ และตรวจทางห้องปฏิบัติการตามความจำเป็น เช่น ตรวจคลื่นหัวใจเมื่ออาการเด่นของผู้ป่วยเป็นอาการแน่นหน้าอก ตรวจคลื่นสมองเมื่อผู้ป่วยมีอาการมีนงงสับสนเป็นพักๆ

### การรักษา

#### การดูแลทางด้านจิตใจและการแนะนำผู้ป่วย

- แสดงความเข้าใจและยอมรับในอาการของผู้ป่วยว่ารุนแรงตามที่เขารู้สึกจริง
- แจ้งให้ผู้ป่วยทราบว่า *อาการที่เป็นจะไม่มีอันตรายถึงชีวิต* เพราะไม่มีโรคทางกายที่รุนแรง
- ให้ความมั่นใจกับผู้ป่วยว่าโรคนี้รักษาหายได้
- สอนการปฏิบัติตนเมื่อเกิดอาการเพื่อให้ผู้ป่วยช่วยตัวเองได้บ้าง เช่น หายใจเข้าออก ลึกๆ ช้าๆ หายใจในถุงกระดาษหากมี hyperventilation เป็นอาการเด่น หรือการกินยาที่แพทย์ให้พกติดตัวไว้

#### ยารักษา panic disorders

generic name	initial dose (mg/day)	max dose (mg/day)
<b>Benzodiazepine</b>		
lorazepam	0.5 mg tid.,	4
alprazolam	0.25 mg tid.	4
clonazepam	0.5 mg bid.	1-4
<b>Antidepressants</b>		
imipramine	25 mg hs	75-150
clomipramine	10 mg hs	75-150
fluoxetine	10 mg am	40-80
fluvoxamine	50 mg bid	150-300

#### แนวการรักษาด้วยยา

ยาหลักที่ใช้รักษาได้แก่ benzodiazepines หรือ antidepressants

1. **Benzodiazepine** ใช้ขนาดที่ที่มี potency สูง ได้แก่ alprazolam, clonazepam และ

lorazepam โดย

benzodiazepine จะออกฤทธิ์รักษาอาการ panic ได้ในทันที ซึ่งต่างจากยาแก้เศร้า ซึ่งต้องรอผลถึง 2 สัปดาห์ ส่วนข้อดีของ benzodiazepine โดยเฉพาะ alprazolam คือมีค่าครึ่งชีวิตสั้น จำเป็นต้องให้วันละ 3 ครั้ง (ยกเว้น clonazepam ซึ่งอาจให้วันละ 1-2 ครั้งได้ )

เริ่มให้ยาในขนาดต่ำ แล้วปรับขนาดยาตามอาการและอาการข้างเคียงทุกสัปดาห์จนควบคุมอาการได้หมด (มักใช้เวลาราว 4-6 สัปดาห์) คงยาในขนาดสูงสุดนั้นได้ราว 4-8 สัปดาห์ แล้วลด benzodiazepine ลงจนถึงขนาดต่ำที่สุดที่สามารถควบคุมอาการได้ไว้นาน 6-12 เดือน จากนั้นลดขนาดลงช้าๆ ร้อยละ 25 ต่อสัปดาห์ หรือน้อยกว่านี้ จนหมดในเวลา 4-8 สัปดาห์ อาจให้ยาไว้รับประทุเฉพาะเมื่อเกิดอาการ

การให้แต่ benzodiazepine เพียงอย่างเดียวสามารถรักษา panic disorder ได้ แม้จะให้ติดต่อกันเป็นเวลานาน ก็ไม่พบว่ามีอาการดื้อยา (tolerance) จนต้องเพิ่มขนาดยา

**2. ยาแก้เศร้า** เริ่มให้ขนาดต่ำ ได้แก่ imipramine 25 มก./วัน หรือ clomipramine 10 มก./วัน การปรับยาค่อยคลึงกับการใช้ benzodiazepine

ยากลุ่ม SSRI สามารถรักษาอาการได้ แต่ควรเริ่มต้นให้ในขนาดต่ำเพื่อป้องกันการมีอาการ panic กำเริบในสัปดาห์แรก

**3.** บางครั้งอาจเริ่มให้ยาทั้งสองกลุ่มไปพร้อมๆกัน จนผ่านไป 2-4 สัปดาห์เมื่อควบคุมอาการได้ดีแล้ว และยาแก้เศร้าได้มีเวลาออกฤทธิ์เต็มที่แล้ว จึงค่อยๆลด benzodiazepine ลง เหลือยาแก้เศร้าเพียงกลุ่มเดียวไว้ควบคุมอาการจนครบ 6-12 เดือน

**4.** มักแนะนำให้ผู้ป่วยมี alprazolam ติดตัวไว้รับประทุหากมีอาการ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมั่นใจมากขึ้นว่า สามารถดูแลตนเองได้ ไม่ต้องไปหาแพทย์เพื่อฉีดยาทุกครั้ง

#### การส่งต่อ

หากรักษาผู้ป่วยโรค panic disorder ราว 4-6 สัปดาห์ แล้ว ยังไม่สามารถควบคุมอาการได้ หรือโรคมึลักษณะ recurrent หรือ chronic หรือพบว่าผู้ป่วยมีปัญหาด้านจิตใจหรือบุคลิกภาพ อันอาจเกี่ยวข้องกับโรค เช่น เป็นผู้วิตกกังวลง่าย หรือคาดหวังกับเรื่องต่างๆสูง อันจะเป็นเหตุให้เกิดความกังวลอยู่เรื่อยๆ ควรส่งผู้ป่วยมาพบจิตแพทย์เพื่อประเมินให้การรักษาต่อไป



Tweet

